

**МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕВЕНЦИИ  
ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК СРЕДИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

*Антипов Вячеслав Александрович, кандидат педагогических наук,  
Санкт-Петербургский университет МВД России, г. Санкт-Петербург  
Черкашин Дмитрий Викторович, доктор медицинских наук, доцент,  
Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова, г. Санкт-Петербург  
Антипова Елена Васильевна, кандидат педагогических наук, доцент,  
Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт  
физической культуры,  
г. Санкт-Петербург, Россия*

*Аннотация.* Статья «Медико-педагогические технологии в превенции вредных привычек среди учащейся молодежи» содержит теоретические и методические материалы по проблеме профилактики вредных привычек среди учащейся молодежи с использованием медико-педагогических технологий. Предложена методика прогнозирования толерантного отношения молодежи к наркотизму и другим вредным привычкам. Разработана и апробирована образовательная программа первичной профилактики вредных привычек на основе формирования физической культуры личности.

*Ключевые слова:* факторы риска здоровья, превенция вредных привычек, здоровый образ жизни, медико-педагогические технологии, образовательные компетенции.

*Abstract.* The article "Medico-pedagogical technologies in preventing harmful habits among young people" contains theoretical and methodological materials on the problem of prevention of bad habits among young people with the use of medical and pedagogical technologies. A methodology for predicting the tolerant attitude of young people towards narcotics and other bad habits is suggested. The educational program of primary prevention of bad habits is developed and approved on the basis of the formation of physical culture of the individual.

*Index terms:* risk factors for health, prevention of bad habits, a healthy lifestyle, medical and pedagogical technologies, educational competencies.

Одной из самых важных проблем современного мирового и российского общества является высокий риск здоровья молодого поколения, обусловленный в большей степени вредными привычками: табакокурением, употреблением спиртных напитков, наркотических средств и психоактивных веществ (ПАВ). При этом возрастная граница вовлеченности достигла уже подростков и затрагивает детей школьного возраста. Очевидно, что необходимо принятие превентивных комплексных мер в борьбе с указанными асоциальными явлениями. При этом, как правило, не учитывается тот фактор, что эффективность борьбы с социальным злом заключается в первую очередь в устранении условий, порождающих его. В частности, профилактические программы направлены на борьбу с наркоманией, а не с наркотизмом. Эти два понятия зачастую

используют как синонимы, в то время как наркотизм – это антисоциальное явление, а наркомания – заболевание, результат вовлеченности индивидуума в наркосреду. Следовательно, используемые средства – различны.

Если говорить о статистике вовлечения молодежи во вредные привычки, то она весьма приблизительная, т.к. данные о толерантном отношении к ним, как правило, это результаты социологических опросов, а официальная статистика – показатели постановки граждан на учет.

Например, наркологические диспансеры могут дать официальную статистику о количестве больных наркоманией или алкоголизмом. Употребление табачных изделий официальной статистике вообще не поддается: есть данные о количестве произведенного, импортированного и проданного товара, но по возрастным группам потребителей эти данные, естественно, разделить нельзя.

По данным литературных источников, 84% наркоманов впервые пробуют наркотические средства или психоактивные вещества (ПАВ) в возрасте моложе 15 лет. При этом в России к возрастной категории «молодежь» относятся люди в возрасте от 14 до 30 лет, а совершеннолетие юридически наступает с 18 лет. По оценкам врачей, в 95% случаев лечение наркоманов оказывается неэффективным; риск самоубийства среди наркоманов возрастает в 35 раз; смертность - в 30 раз, а среди подростков - в 42 раза [1]. По мнению экспертов, алкогольная зависимость в России молодеет: к спиртному приобщаются дети 10-11 лет, к 16 годам 99% молодежи имеет опыт употребления алкоголя; 33% юношей и 20% девушек ежедневно потребляют алкогольные напитки [2].

Начальный возраст постоянно курящих детей в России - 11-12 лет; причем, курят 89% данной возрастной категории, а первая проба сигарет начинается с 7 лет. В 14-15 лет число курильщиков снижается до 68%, но затем вновь возрастает до 71%; в высшие учебные заведения поступают 75% курящих юношей и 64% девушек [1]. Для сравнения, по данным белорусских ученых, проба электронной сигареты у подростков осуществляется на 2 года позже, чем обычной, а средний возраст первой пробы табака в Республике Беларусь значительно старше, чем в России, и составляет  $15,3 \pm 2,7$  лет [3]. Таким образом, сложилась проблемная ситуация, требующая поиска адекватных средств противодействия вовлечению подростков и молодежи во вредные привычки.

Цель настоящего исследования – поиск эффективных путей превенции вредных привычек среди учащейся молодежи.

Первый этап превентивных мер в борьбе с вредными привычками – мониторинг состояния здоровья молодежи с созданием базы данных. База данных (БД) включает показатели состояния здоровья молодого поколения и качество его жизни, факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) и наличие вредных привычек, уровни физического развития, физической активности и физической подготовленности. База данных создается на межведомственном уровне, поскольку в ее создании предполагается задействовать ме-

дицинских, научно-педагогических работников и социальных педагогов. Модель может дополняться новыми блоками. Результаты мониторинга должны быть доступны адресно: персональные данные - только конкретно обследованному лицу, обобщенные данные - многоуровневого порядка для зарегистрированных пользователей-организаций, доступ которых определяется юридически.

Вторым этапом деятельности по профилактике вредных привычек является определение групп риска среди подростков и молодежи. Одну группу составляют школьники и учащаяся молодежь, которые не пробовали наркотические средства и ПАВ никогда, другую - те, кто уже хоть однажды наркотики употреблял. В рамках многолетнего педагогического эксперимента, проводимого на базе Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, были выявлены факторы риска развития алкоголизма и наркомании у индивидуума молодого возраста, обучающегося в образовательном учреждении.

Их условно можно разделить на 4 группы: биологические, социальные, деятельностные (занятость), культурно-духовные. Среди биологических наиболее существенный фактор - наследственная предрасположенность (причастность родителей к вредным привычкам). К социальным факторам относятся показатели качества жизни: неудовлетворенность жизнью, наличие стресса, проблемы с толерантностью (конфликты с родителями, педагогами, друзьями, социальным окружением). Группу деятельностных факторов составляют: плохая успеваемость в учебе, отсутствие занятости во внеучебное время, низкий уровень знаний о факторах риска здоровья, влиянии на него вредных привычек. И, наконец, группа культурно-духовных факторов включает несформированность толерантного отношения к вредным привычкам, отсутствие умения противостоять им и наличие тяги к маргинальной культуре в силу возраста.

Нами была разработана методика прогнозирования толерантного отношения к вредным привычкам. Суть ее заключается в том, что на основании проведения мониторинга, разработанной анкеты социологического опроса осуществляется создание базы данных «Вредные привычки в подростково-молодежной среде»; проводятся кластерный и факторный анализы. При этом используется методика обработки данных, описанная Г.Ф. Лакиным [Г.Ф. Лакин, 1973]; все вычисления проводятся в статистическом пакете «STATISTICA - 6» [«Статистический пакет «STATISTICA - 6», 2009]. В базу данных вошли ответы 204 респондентов.

Для первичного анализа было отобрано 22 показателя: номер респондента п/п; код группы (курсанты и школьники); код подгруппы (I, II и V курсы университета и X и XI классы общеобразовательной школы); номер респондента в группе; возраст (полных лет); пол (мужской или женский); занятия физическими упражнениями в рамках учебной программы; виды дополнительной физической активности; количество видов дополнительной физической

активности; место занятий спортом; количество мест занятий; частота занятий физическими упражнениями и спортом в часы досуга; отношение к табакокурению; отношение к алкоголю; виды употребляемого алкоголя; отношение к наркотикам; виды употребляемых наркотиков; количество наименований употребляемых наркотиков; способ употребления наркотиков; субъективное мнение о возможных мерах борьбы с наркоманией; отношение к ужесточению уголовного наказания за употребление наркотиков; пропаганда здорового образа жизни, как мера борьбы с распространением наркотизма; вовлечение детей и молодежи в занятия спортом как средство борьбы с наркоманией; только комплексные меры; мнение о том, что никакие меры не решат проблему наркотизма; количество вариантов мер; мнение о легализации «легких» наркотиков.

Была проведена проверка выборки на предмет противоречия в ответах респондентов. Разведочный анализ данных включал кластерный анализ по показателям и кластерный анализ по индивидам. Для анализа показателей применялись два варианта кластерного анализа: Евклидово расстояние и Манхэттенское расстояние. Два варианта анализа дали сходные результаты. Оказалось, что возраст практически не связан со всей системой показателей. Для построения алгоритма, способного выделить респондентов, склонных к толерантному отношению к наркотикам, данные в базе разбиваются на две части: I часть – респонденты, принимающие наркотики, и II часть – все остальные респонденты. Применяется алгоритм пошагового построения линейной дискриминантной функции (с последовательным включением показателей).

Алгоритм остановился на 13-м шаге, обеспечив 93,6% правильного распознавания. В дискриминантную функцию входят следующие показатели: отношение к курению, физическая активность вне программных занятий, употребление спиртных напитков без разбора, отношение к алкоголю; отношение к уголовным наказаниям за употребление наркотиков; отказ от употребления спиртных напитков, занятия бодибилдингом, отношение к легализации легких наркотиков, пол, дополнительные физические нагрузки, занятия спортом в спортклубах или секциях, количество мест занятий физическими упражнениями или спортом, ужесточение борьбы с наркобизнесом. В качестве порогового значения ДФ определена величина -2.

Таким образом, при  $ДФ < -2$  можно считать, что респондент толерантен к наркотикам, при  $ДФ \geq -2$  - нет. Алгоритм позволяет также дать ответ в виде вероятности возможной склонности индивидуума к наркомании.

В результате анализа и обобщения мирового и отечественного опыта по профилактике вредных привычек, с учетом данных собственных исследований был выявлен необходимый компонент для разработки профилактических образовательных программ – ключевые образовательные компетенции в предметной области на основе формирования физической культуры личности. Экспериментальная технология первичной профилактики вредных привычек была апробирована в общеобразовательной школе г. Санкт-Петербурга. В педагогическом эксперименте приняли участие 47 школьников 10-х классов: 15

юношей и 12 девушек экспериментальной группы (ЭГ) и 14 юношей и 8 девушек контрольной группы (КГ). В ЭГ у юношей произошли положительные изменения учебно-образовательных (80,0%), информационных (60,0% - умение находить нужную информацию и 80,0% - ее представлять), коммуникативных (60,0%) и общекультурных (73,3%) компетенций, а также личностного самосовершенствования (66,7%), ценностно-смысловых (33,3% - табакокурение, 6,7% - употребление алкоголя и 6,7% - употребление наркотиков).

Достоверность различий с КГ (фоновой) получена по учебно-образовательным и общекультурным компетенциям, а также по компетенциям личностного самосовершенствования. В ЭГ девушек также произошли положительные изменения по всем компонентам компетенций; особенно выросли компетенции личностного самосовершенствования (75,0% - самооценка знаний о вредных привычках и 91,7% - самооценка умения им противостоять), коммуникативные (75,0%) и общекультурные (75,0%).

Достоверность различий с КГ отмечена по общекультурным компетенциям и компетенциям личностного самосовершенствования (самооценке знаний о факторах риска здоровью и умению противостоять вредным привычкам).

*Заключение.* Разработанные медико-педагогические технологии прогнозирования вероятности толерантного отношения индивидуума к вредным привычкам на основе дискриминантной функции и первичной профилактики вредных привычек среди молодежи на основе формирования физической культуры личности являются эффективными превентивными мерами в области противодействия вовлечению молодежи в асоциальные явления и направлены на сохранение и укрепление личного и общественного здоровья. Указанные разработки были внедрены в практику работы органов управления образованием администраций районов г. Санкт-Петербурга и государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей (СДЮШОР), а также учреждений, подведомственных Комитету по физической культуре и спорту и администрациям районов Санкт-Петербурга, осуществляющим подготовку спортивного резерва.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Антипов В.А. Первичная профилактика распространения наркотизма и наркомании в молодежной среде: монография / В.А. Антипов, С.П. Евсеев, Д.В. Черкашин / научн. ред. канд. пед. наук, доц. Антипова Е.В. – СПб.: СПб-НИИФК, 2014. – 262 с.
2. Гильмутдинова И.Д. Проблема алкоголизма среди молодежи / И.Д. Гильмутдинова // NovaInfo. - №39-2. - 2015. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://novainfo.ru/article/4077>. - Дата обращения: 19.06.2016.
3. Шпаков А.И. Распространенность, мотивация и отношение молодежи к курению табака и е-сигарет как вызов современному здоровью / А.И. Шпаков, О.В. Павлють, С.Е. Полубинская // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. - № 2. - 2017. - С. 66-73.

## **THE LITERATURE**

1. Antipov V.A. Pervichnaya profilaktika rasprostraneniya narkotizma i narkomanii v molodezhnoj srede: monografiya / V.A. Antipov, S.P. Evseev, D.V. Cherkashin / nauchn. red. kand. ped. nauk, doc. Antipova E.V. – S.-Petersburg: SPbNIIFK, 2014. – 262 p.
2. Gil'mutdinova I.D. Problema alkogolizma sredi molodezhi / I.D. Gil'mutdinova // NovaInfo. - №39-2. - 2015. - [Elektronnyj resurs]. - URL: <http://novainfo.ru/article/4077>. - Data obrashcheniya: 19.06.2016.
3. Shpakov A.I. Rasprostranennost', motivaciya i otnoshenie molodezhi k kureniju tabaka i e-sigaret kak vyzov sovremennomu zdorov'yu / A.I. Shpakov, O.V. Pavlyut', S.E. Polubinskaya // Voprosy organizacii i informatizacii zdorovoohraneniya. - № 2. - 2017. - P. 66-73.

УДК 373.037

### **ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ СИСТЕМЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СРЕДНИХ СПЕЦИАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

*Твердохлеб Елена Федоровна, кандидат педагогических наук, доцент,  
Национальный технический Университет Украины  
«Киевский политехнический институт им. Игоря Сикорского»  
г. Киев, Украина*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме использования средств психосоматических систем в физическом воспитании для формирования представлений о здоровом образе жизни и творческого развития учащихся музыкальных средних специальных учебных заведений.

*Ключевые слова:* психосоматические системы, физическое воспитание, музыкальные средние специальные учебные заведения.

*Abstract.* The article contains theoretical and methodological materials on the problem of using the means of psychosomatic systems in physical education to form healthy lifestyle and creative development of the secondary musical specialized school pupils.

*Index terms:* psychosomatic systems, physical education, secondary musical specialized school.

Психосоматические системы духовной, психической и физической регуляции общего состояния организма человека средствами телесной и психической активности (религиозно-культовые практики, йога, цигун, боевые искусства и др.) в течение тысячелетий решали задачи физического воспитания подрастающего поколения человечества. Анализ последних исследований и публикаций показал, что эта проблема частично, а именно в сфере украинских